

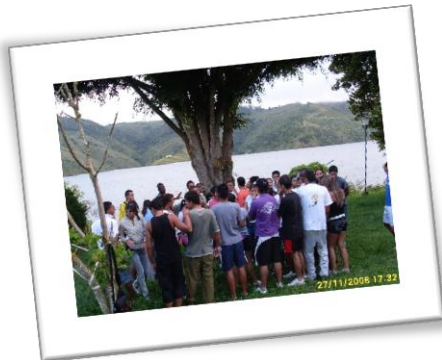
**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN****FICHA TÉCNICA DE SALIDA ACADÉMICA
SALIDA ACADÉMICA LAGO CALIMA**

FECHA: **NOVIEMBRE 15 – 16 Y 17 DE 2017**

SITIO: **CENTRO RECREATIVO COMFANDI CALIMA DARIÉN**
VALLE.

RESPONSABLES: **JOSÉ DAVID CASTRO GALLEGO**

PARTICIPANTES: 37 Estudiantes de Natación I Grupos 01 – 04
1 Docente
3 Estudiantes Monitores
1 Docente Auxiliar

**I- JUSTIFICACION**

En la perspectiva del aprendizaje basado en problemas ABP, y el conflicto motriz como categoría Educativa, y el reto de habilidades y destrezas como una opción de aprendizaje complejo (Ángel, Murcia, Taborda 1994), proponemos una actividad de campo, salida o practica de asignatura, que permite a los estudiantes que culminan un proceso de aprendizajes técnicos y habilidades acuáticas, la auto confrontación,

asumiendo el conflicto psicomotor y el reto físico como la motivación y meta opcional y voluntaria de cada uno.

Desde el enfoque de lo ambiental: La salud, la actividad física y el desarrollo humano, se desenvuelven en procesos particulares que le imprimen una dinámica específica a esta salida académica, que llevados a lo ambiental, lo ecológico y lo cotidiano, exigen de elementos que favorezcan:

- El crecimiento personal.
- Las relaciones interpersonales
- La dimensión lúdica
- El sentido de pertenencia institucional
- La promoción de la salud emocional
- El auto cuidado
- El liderazgo y la sensibilización frente a nuestro entorno natural (lo natural en nosotros mismos)

Como factores que asociados a la condición humana nos permiten generar ambientes de compañerismo, aprendizaje, fraternidad y amistad.

OBJETIVOS DE LA SALIDA ACADÉMICA:

General:

Aplicar y poner en práctica las competencias y habilidades acuáticas así como los procesos metodológicos de enseñanza-aprendizaje de las técnicas básicas de la natación y salvamento acuático en aguas confinadas y fluviales para experimentar y poner a prueba las destrezas y habilidades aprendidas durante el curso.

Específicos:

1. Dinamizar la relación entre lo ambiental-natural, la Salud y la Recreación, como fundamento de lo social; interpretando lo natural como ejemplo de lo comunitario.
2. El ampliar el referente profesional en torno a temáticas de salud, autocuidado y actividades de aventura, educación experiencial, turismo y ecología, reconociendo modelos de gestión – empresarial innovadores.
3. El fortalecer habilidades de liderazgo y trabajo en equipo; los elementos básicos del liderazgo de aventura: CONFIANZA, COOPERACIÓN, COMUNICACIÓN Y DIVERSIÓN.
4. Procurar transformaciones con sentido en nuestra propia vida, pensando en futuro y trazando estrategias de vida en lo personal, familiar, profesional y social, para recuperar la relación armónica entre nosotros y la naturaleza, propiciando procesos de conservación, educación y recreación (Desarrollo social sostenible).
5. Reconocer los paisajes naturales cercanos, con aproximaciones sociales que trasciendan el encuentro y el significado desde la salud con sentido, mediados por la búsqueda de unos mejores estilos de vida saludables y una experiencia académica inolvidable.
6. Generar las experiencias pedagógicas y didácticas apropiadas para la práctica del nado en el lago.
7. Demostrar el dominio de la destreza y habilidad en las técnicas clásicas, elementales y de salvamento tanto en piscina como en el lago.

Para los estudiantes, el reto y experiencia del dominio del medio acuático en el lago calima, constituye un factor fundamental en la motivación diaria de su aprendizaje de la natación, ya que la necesidad de prepararse a conciencia para asumir tal reto les refuerza constantemente durante el semestre sus niveles de logro.

La Transferencia:

Una gran cantidad de lo que se enseña en cuanto a las disciplinas deportivas y en particular en las actividades acuáticas, esta basado en la premisa de que los estudiantes transferirán lo aprendido a situaciones de desempeño profesional y laboral en situaciones cambiantes, de necesaria adaptación, y ante todo capacidad de aplicación de dichos conocimientos a la solución eficaz de problemas de aprendizaje y otros.

Durante la salida Calima, se espera que los estudiantes realicen exitosamente las transferencias de las habilidades y destrezas técnicas aprendidas durante el curso, haciéndolo en condiciones diversas, modificadas y más complejas.

METODOLOGÍA

✓ **AUTO GESTIÓN Y COGESTIÓN DE RECURSOS:**

Este ejercicio pedagógico hace parte del fortalecimiento de las competencias de capacidad de gestión y búsqueda, valiéndose de estrategias creativas en lo individual y grupal.

✓ **ASIGNACIÓN DE COMISIONES:**

Hace parte del entrenamiento profesional en torno al manejo de grupos y vocación de servicio en el ámbito de la recreación de aventura, grupos deportivos, grupos familiares o empresariales, en la búsqueda de generar participación en todo el proceso de la salida.

- COMISIÓN DE SEGUIMIENTO FOTOGRÁFICO, FÍLMICO. (COMUNICACIONES)
- COMISIÓN DE SALUBRIDAD, SEGURIDAD Y RIESGO CONTROLADO.
- COMISIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.
- COMISIÓN DE LOGÍSTICA.
- COMISIÓN DE REFRIGERIOS.

✓ **EDUCACIÓN EXPERIENCIAL**

Cada uno de los ejercicios está sustentado en la educación experiencial donde el aprendizaje experiencial más que una herramienta, es una filosofía de educación, que parte del principio que las personas aprenden mejor cuando entran en contacto directo con sus propias experiencias y vivencias, es un aprendizaje "haciendo" que reflexiona sobre el mismo "hacer". Esta modalidad no se limita a la sola exposición de conceptos, sino que a través de la realización de ejercicios, simulaciones o dinámicas con sentido, busca que la persona asimile los principios y los ponga en práctica, desarrollando sus competencias personales y profesionales. Lo anterior ocurre siempre y cuando se tenga un adecuado proceso de reflexión y de voluntad de experimentación por parte de quien aprende.

✓ **ENCUADRE DE SALIDA**

Reunión preparatoria donde se aclara el detalle horario, los objetivos, roles, normas de salida, motivación y en general la posibilidad de predisponer claridad frente a lo que pretende la experiencia. Se distribuyen las tareas, las comisiones con sus respectivos encargos y la forma de presentar las sistematizaciones.

RECURSOS:**ECONÓMICOS:** Inversión por estudiante: \$ 320.000. **Incluye:**

- Transporte ida y regreso Pereira -Calima- Pereira.
- Alimentación tipo bufet y refrigerios.
- Integración,
- Alojamiento en cabaña
- Seguro contra accidente
- Seguridad en lancha.

MATERIALES: Llevar por estudiante:

- ✓ Suficiente hidratación, termo o cantimplora
- ✓ Cámara fotográfica o filmadora
- ✓ LAPICERO y LIBRETA.
- ✓ Cubrecabezas, guantes,
- ✓ Bloqueador solar, gafas oscuras,
- ✓ Saco, chaqueta e impermeable,
- ✓ Un par de zapatos adicionales.
- ✓ Una muda de ropa adicional que se pueda dañar o perder.
- ✓ Traje Elegante al gusto.
- ✓ Blue jean y camiseta para Salvamento Acuático
- ✓ Bolsas de basura, bolsas para la ropa mojada.
- ✓ Documentos de identidad **CÉDULA Y CARNET ESTUDIANTIL.**

CONTENIDOS Y ACTIVIDADES.

Técnicas y habilidades de Salvamento Acuático

Normas de prevención

Salvamento por extensión.

Práctica de llaves, contra llaves y arrastres.

Práctica de Estilos Elementales.

Práctica de Estilos Clásicos.

Integración y velada lúdico cultural.

Pruebas de fondo y resistencia de nado.

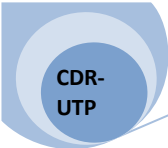
Evaluación de la actividad.

- **RECURSOS HUMANOS:** Docente del Programa Ciencias del Deporte y la Recreación
JOSÉ DAVID CASTRO GALLEGU, Número celular 3165349054 – (SOLO EMERGENCIAS).

- UN DOCENTE AUXILIAR

- Tres estudiantes Monitores de la Asignatura.

***“Sí amamos más los zapatos que el camino, no vale la pena caminar”
Andariegos Asociados***



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN**

MANUAL DE CONVIVENCIA

- ☐ Compartir alegremente con los demás.
- ☐ Participar sana y cordialmente, en busca de una mejor integración y camaradería.
- ☐ Colaborar con los docentes para que el programa se desarrolle en forma exitosa.
- ☐ Ser puntual en los horarios establecidos de las actividades programadas.
- ☐ Respeto y colaboración con todos los integrantes de la salida.
- ☐ Aportar ideas para el mejor desarrollo de la práctica.
- ☐ Informar a la comisión de primeros auxilios, sobre los medicamentos que deben ingerir o los quebrantos de salud presentados.
- ☐ Respetar las normas de salida mantener el lugar aseado, guardar silencio a la hora de dormir, respetar las pertenencias de los demás (Estar dispuesto al aprendizaje,)

EL ESTUDIANTE NO INCURRIRÁ EN:

- ☐ Irrespeto a compañeros(as) de palabra o de hecho.
- ☐ Retirarse del lugar o de las actividades programadas sin causa justa o previa autorización.
- ☐ Llegar tarde a las actividades programadas.
- ☐ Cambiar de lugar asignado para el alojamiento por propia voluntad o sin autorización de un Coordinador.
- ☐ Consumir bebidas embriagantes y sustancias psicoactivas o cigarrillos durante la salida.
- ☐ Tomar objetos ajenos, sin consentimiento previo del dueño.

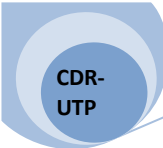
SANCIONES O ACCIONES CORRECTIVAS

Las sanciones se aplicarán bajo los siguientes parámetros:

1. Amonestación verbal en privado.
2. Amonestación verbal en público.
3. Expulsión del sitio de concentración

NOTA:

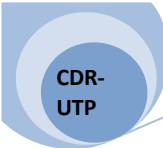
Las autoridades de la salida serán autónomas en tomar otras medidas no previstas dentro de este manual, en la medida que las circunstancias así lo requieran.



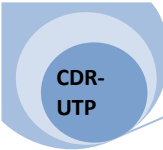
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA
ÁREA DEPORTES Y ACTIVIDAD FÍSICA
NATACIÓN I

SALIDA ACADÉMICA LAGO CALIMA
PROGRAMACIÓN

HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RECURSOS	RESPONSABLE
DÍA 1				
6:33 AM	REUNIÓN GENERAL, MANUAL DE CONVIVENCIA, NORMAS Y SALIDA HACIA CALIMA	UTP	SALÓN	DOCENTE AUXILIAR – MONITORES
11:28 AM	LLEGADA CALIMA, ENTREGA DE CABAÑAS, INSTALACIÓN, NORMAS Y REGLAMENTO.	COMFANDI	HALL	DOCENTE
12:01 PM	ALMUERZO Y ORGANIZACIÓN CABAÑAS	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
1:16 PM	REUNIÓN DE COMPROMISO Y DISFRUTE DE LA SALIDA ACADÉMICA	ZONA VERDE FRENTE AL LAGO	ÁREA	DOCENTES Y MONITORES
1:57 PM	ACERCAMIENTO AL LAGO CALIMA	COMFANDI	LAGO	DOCENTE
3:05 PM	REFRIGERIO / TALLER PRÁCTICO	CABAÑA	IMPLEMENTACIÓN	MONITORES
5:59 PM	RECONOCIENDO SABERES	CABAÑA	IMPLEMENTACIÓN	DOCENTE
7.06 PM	CENA	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
8:03 PM	SESIÓN TEÓRICA SALVAMENTO	CABAÑA	VIDEO BEAM – BLU RAY	DOCENTE
12:02 PM	DESCANSO	CABAÑAS	DORMITORIOS	GRUPO



HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RECURSOS	RESPONSABLE
DÍA 2				
4:46 AM	LEVANTADA – REFRIGERIO	CABAÑA	ALIMENTOS	GRUPO
5:22 AM	CALENTAMIENTO RUMBATERAPIA	ZONA VERDE	AMPLIFICACIÓN / COMPUTADOR	GRUPO
6:23 AM	PRUEBA DE 1.500 m	LAGO	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
8:02 AM	DESAYUNO	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
9:47 AM	EVALUACIÓN DE ESTILOS CLÁSICOS	PISCINA	IMPLEMENTACIÓN	DOCENTE
10:42 AM	REFRIGERIO	PISCINA	ALIMENTOS	GRUPO
12:04 PM	ALMUERZO	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
2:01 PM	SALVAMENTO ACUÁTICO	LAGO	IMPLEMENTOS	DOCENTE Y MONITORA
3:03 PM	REFRIGERIO	CABAÑAS	ALIMENTOS	GRUPO
3:36 PM	EVALUACIÓN ESTILOS ELEMENTALES	PISCINA	IMPLEMENTACIÓN	DOCENTE Y MONITORES
4:59 PM	PREPARANDO LA GALA	CABAÑA	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
7:07 PM	NOCHE DE LAS ESTRELLAS	CANCHAS	ÁREA	GRUPO
12:04 PM	RECOGIDA Y DESCANSO	CABAÑAS	DORMITORIOS	GRUPOS



HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RECURSOS	RESPONSABLE
DÍA 3				
4:47 AM	LEVANTADA - REFRIGERIO CALENTAMIENTO Y BAILES EXÓTICOS	CABAÑAS	ALIMENTOS	GRUPO
5:23 AM	CALENTAMIENTO BAILES EXOTICOS	ZONA VERDE	AMPLIFICADOR / COMPUTADOR	GRUPO
6:24 AM	PRUEBA DE 3.000 m	LAGO	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
8:35 AM	DESAYUNO	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
9:27 AM	GRADUACIÓN, CERTIFICADOS Y EVALUACIÓN	SALÓN	DIPLOMAS	DOCENTE Y MONITORA
11:01 AM	ARREGLO DE CABAÑAS	CABAÑAS	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
12:33 PM	ALMUERZO	RESTAURANTE	ÁREA	GRUPO
1:59 PM	ENTREGA DE CABAÑAS	CABAÑAS	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO
2:33 PM	REGRESO A CASA	BUSETA	IMPLEMENTACIÓN	GRUPO